

2. Vierteljahr / Woche 26.04. – 02.05.2015

05 / Der Sabbat – ein Tag für dich und Gott

Der Herr des Sabbats | Christus als Herr über den Sabbat

➤ Zielgedanke

Der Sabbat hat das Potenzial, für dich der schönste Tag der Woche zu sein.

➤ Einstieg

Alternative 1

Bring einen Block Post-its (alternativ: Zettel) und Stifte mit. Bitte die Gruppe, in Stichpunkten aufzuschreiben, was ihnen beim Stichwort „Sabbat“ einfällt (einen Gedanken pro Zettel). Ordnet den Zetteln Oberbegriffe zu, die euch passend erscheinen und heftet sie entsprechend geordnet an eine Wand oder legt sie aus. Sprecht darüber: Was fällt euch bei den Stichpunkten auf?

Ziel: *spontane Annäherung an das Thema Sabbat*

Alternative 2

Auf dem amerikanischen Markt gibt es viele Bücher mit Vorschlägen zur Sabbatgestaltung, z. B. [dieses](#) (zum Inhaltsverzeichnis in der Buchvorschau scrollen), wie auch Internetseiten und Apps, z. B. [diese](#). Auch der deutsche Markt bietet [Sabbatspiele](#).

- Wie wirken solche Veröffentlichungen auf euch?
- Seht ihr deren Gewinn eher in der Ideengebung für die Sabbatgestaltung oder eher in einer Legitimation für das, was man am Sabbat tun darf?
- Sammelt doch selbst mal Ideen, wie man den Sabbatnachmittag gestalten könnte: alleine, in der Familie, in der Gemeinde, als Teens-/Jugendgruppe usw. Schreibt die Ideen auf eine Flipchart o. Ä. – Vergesst nicht, auch an Ungewöhnliches und „Verrücktes“ zu denken.

Ziel: *Sensibilisierung bzgl. Sabbatgestaltung*

➤ Thema

• Den Sabbat erklären

- Wie würdet ihr jemandem den Sabbat mit Hilfe der Bibel erklären? Welche Begebenheiten und Bibelstellen wären wichtig? (siehe [STA-Glaubenspunkt Nr. 20](#))

- Wie würde eure Erklärung aussehen, wenn ihr von euch selbst ausgeht, von euren Erlebnissen, Erfahrungen, Eindrücken usw.?
- Worin würden sich die Erklärungen unterscheiden? Wann wäre welche Vorgehensweise sinnvoll? Wie würde eine Mischung aus beiden aussehen?
- Warum halten wir Adventisten den siebten Tag vom Sonnenuntergang am Freitag bis zum Sonnenuntergang am Samstag als Sabbat?

• Den Sabbat füllen

- Lest die Berichte (ggf. im Vorfeld zwei oder drei aussuchen) über die Heilungen am Sabbat in [Lukas 4,33–35](#); [4, 38–39](#); [6,6–10](#); [13,10–16](#) und [14,1–6](#) und vergleicht sie. Was fällt euch auf? Was können uns diese Berichte über unsere eigene Sabbatgestaltung sagen?
- Jesus stieß andere oft vor den Kopf, mit dem, was er am Sabbat tat. Warum tat er das? Was wollte er zum Ausdruck bringen? Was könnte Jesus, wenn er heute leben würde, am Sabbat tun, das einige nicht gut heißen würden, das aber dem Sinn des Sabbats entspräche?
- Betrachtet noch mal eure aufgeschriebenen Ideen und Wünsche aus dem Einstieg 2. Vergleicht diese Wunschvorstellungen nun mit der Realität. Wo passen beide zusammen, wo driften sie auseinander? Was müsstet ihr ändern, damit sich Wunsch und Wirklichkeit annähern?

• Der Sabbat: etwas Besonderes oder Routine?

- Im jüdischen Leben gibt es für den Sabbat viele Rituale (siehe [hier](#)). Welche kennt ihr? Welche Sabbatrituale könnten euch helfen, den Tag bewusster zu begehen? Welche würden euch eher stören?
- Wann besteht die Gefahr, dass der Gottesdienst zur Routine wird? Was kann man tun, damit dies nicht geschieht bzw. was ändern, wenn es so ist?
- Was könnte man am Sabbat tun, um ihn für jemand anderen zu einem ganz besonderen Tag zu machen? Sammelt Ideen! Lest zum Abschluss [5. Mose 5,12–15](#). Welche Begründung wird hier für das Halten des Sabbats genannt? Was hat die Befreiung aus der Sklaverei mit uns heute zu tun? Woran sollen wir in diesem Zusammenhang erinnert werden? Wie kann der Sabbat für uns ein Tag der Befreiung sein?

➤ Ausklang

Hört euch zum Abschluss das Lied [Temple made of Time](#) der adventistischen Fountainview Academy (British Columbia, Kanada) an und versucht zu erspüren, was Sabbat für jeden persönlich bedeuten kann.

2. Vierteljahr / Woche 26.04. – 02.05.2015

05 / Der Sabbat – ein Tag für dich und Gott

Der Herr des Sabbats | Christus als Herr über den Sabbat

➤ Fokus

Der Sabbat hat das Potenzial, für dich der schönste Tag der Woche zu sein.

➤ Bibel

- Lukas 6,6–11
- Markus 2,27

➤ Infos

Für Lukas hatte der Sabbat eine ganz besondere Bedeutung, deswegen ist er in seinem Evangelium so zentral wie in keinem anderen. Dies zeigt unter anderem wie oft davon gesprochen wird, dass Jesus den Synagogengottesdienst am Sabbat besuchte. Auffallend ist auch, dass Lukas von sechs Heilungen berichtete, die Jesus am Sabbat wirkte. Du findest die Berichte in [Lukas 4,33–35](#); [4, 38–39](#); [6,6–10](#); [13,10–16](#) und [14,1–6](#).

➤ Thema

• Den Sabbat erklären

- Ein Freund/eine Freundin hat mitbekommen, dass du samstags immer in die Gemeinde gehst und nicht arbeitest. Er/Sie fragt dich, warum das so ist. Du versuchst, es ihm/ihr zu erklären: Was bedeutet für dich der Sabbat?
- Wie erklärst du ihn jemandem, der noch nie zuvor etwas davon gehört hat?

• Den Sabbat füllen

- Der Sabbat ist ein Tag der Ruhe. Fällt es dir manchmal schwer, diese Ruhe zu akzeptieren? Warum oder warum nicht? Kommt manchmal Langeweile auf? Wenn ja, wie kannst du dem entgegenwirken?
- Lies [Lukas 6, 6–11](#). Welche Sabbatperspektiven stehen sich hier gegenüber? Was glauben die Pharisäer und was vermittelt Jesus?
- Womit kannst du den Sabbat mit Leben füllen? Was bereitet dir Freude?

- Sabbat = Zeit mit Gott, Zeit mit anderen, Zeit mit sich selbst. Wie sieht das bei dir praktisch aus? Überlege dir konkrete Ideen.
- Wir sind es aus unserem Alltag gewohnt, dass alles vorher geplant und strukturiert ist, wir gehen täglich nach einer Liste vor, um unsere Aufgaben zu erledigen. Am Sabbat sollen wir diese „Liste vergessen“. Wie kann dir das gelingen? Siehst du dich in der Gefahr, am Sabbat eine neue „Liste“ aufzustellen und den Sabbat zu „gesetzlich“ (an eine „Liste“ gebunden) zu sehen? Wie kannst du dem entgegenwirken?
- Jesus hat in verschiedenen Situationen darauf hingewiesen, worum es beim Sabbat wirklich geht. Es soll ein Tag der Freude und der Feier sein, nicht der Gesetze und Vorschriften. Wie sieht dein perfekter, individuell gestalteter Sabbat aus? Wieso sieht der perfekte Sabbat für den einen so, für den anderen ganz anders aus? Wäre es mit einheitlichen „Richtlinien“ nicht einfacher?
- Die unterschiedliche Sabbatgestaltung sorgt in der Gemeinde oft für Streit und Diskussion. Was denkst du darüber? Gibt es Dinge, die man am Sabbat nicht tun sollte oder unbedingt tun muss? Wer entscheidet das?

• Der Sabbat: etwas Besonderes oder Routine?

- Jesus sagte in [Markus 2,27](#), dass der Sabbat für den Menschen gemacht ist und nicht umgekehrt. Was bedeutet das deiner Meinung nach? Was umfasst das alles?
- Einige gehen am Sabbat nur noch aus Routine in den Gottesdienst, eben weil sie es schon immer so machen. Geht es dir ähnlich? Aber Jesus stellte klar: Der Sabbat ist ein Tag der Befreiung. Was bedeutet für dich „Befreiung“? Wie kann der Sabbat für dich zu einem Tag der „Befreiung“ und damit zu etwas Besonderem werden? Was wünschst du dir/Was muss sich verändern, um den Gottesdienst nicht (mehr) als Routine, sondern als Geschenk betrachten zu können?

Hör dir das Lied [Freedom Reigns](#) an und überlege, was es für dich mit dem Sabbat zu tun hat.

➤ Interaktiv

Diskutiere mit auf der [echtzeit-Facebookseite](#): Wie sieht dein perfekter Sabbat aus?